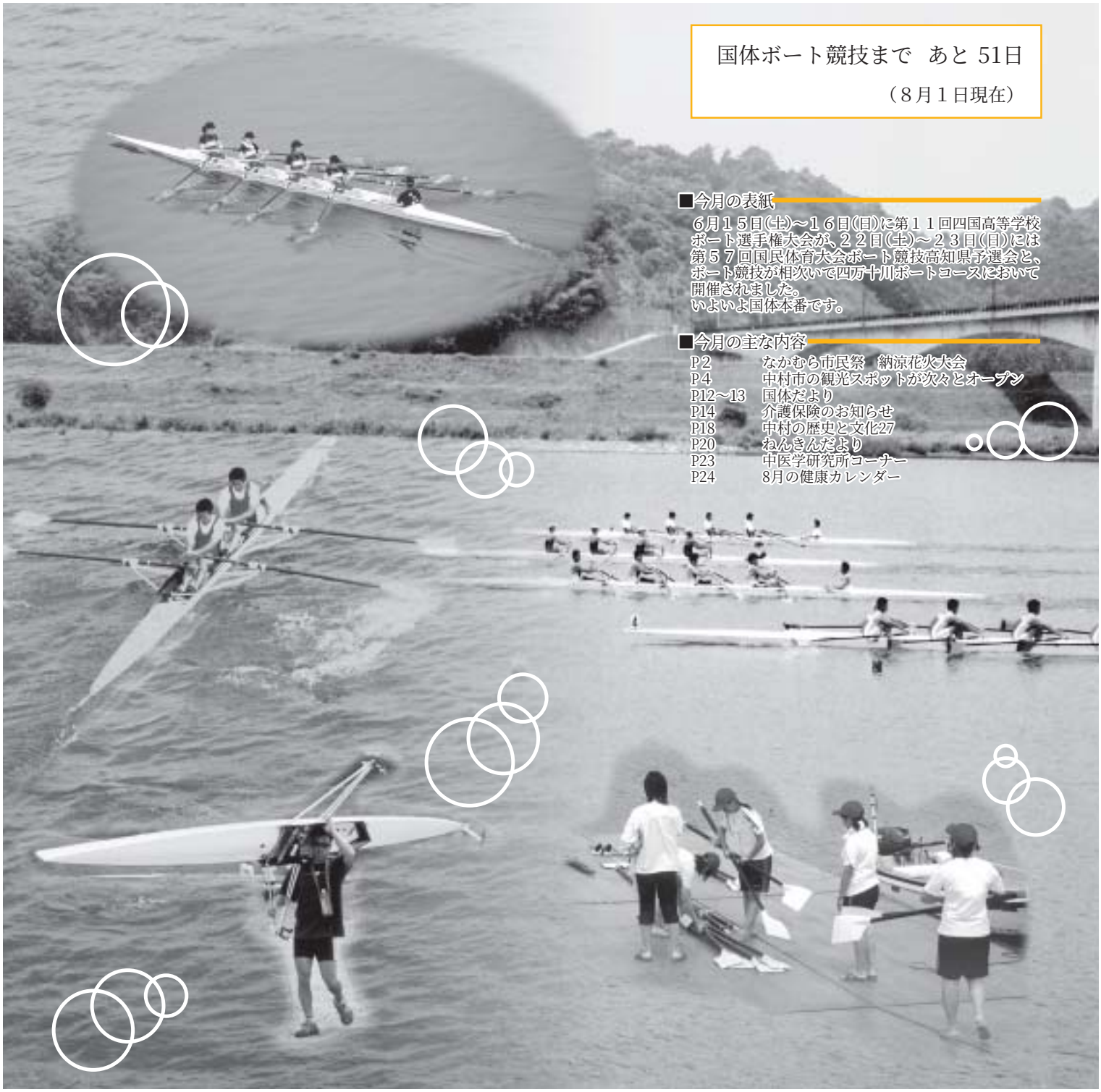
平成14年8月1日発行（毎月１日発行）No.444

広報 なかむら

あなたと市政をむすぶ

NAKAMURA 8

発 行 ● 中村市　編 集 ● 企画広報課
〒787-8501中村市大橋通4-10　☎:34-1111(代表)
公聴FAX:0120-459787
URL http://www.city.nakamura.kochi.jp/
E-mail:kouhou@city.nakamura.kochi.jp



国体ボート競技まで　あと 51日
（８月１日現在）

■今月の表紙

６月１５日(土)～１６日(日)に第１１回四国高等学校ボート選手権大会が、２２日(土)～２３日(日)には第５７回国民体育大会ボート競技高知県予選会と、ボート競技が相次いで四万十川ボートコースにおいて開催されました。
いよいよ国体本番です。

■今月の主な内容

P2　なかむら市民祭　納涼花火大会
P4　中村市の観光スポットが次々とオープン
P12～13　国体だより
P14　介護保険のお知らせ
P18　中村の歴史と文化27
P20　ねんきんだより
P23　中医学研究所コーナー
P24　8月の健康カレンダー

なかむら市民祭　納涼花火大会

夏の終わりを告げる納涼花火大会を、次のとおり開催します。ご家族、ご友人お誘い合わせのうえ、ご観覧ください。

日　時：８月２５日（日）１８：００～２０：００　郷土芸能大会
アユのつかみどり(小学生以下)
クジ付協賛券抽選会
２０：００～２１：００　納涼花火大会(約３０００発)
（雨天順延）

場　所：赤鉄橋下河川敷周辺

＊今年は、納涼花火大会への協賛をお願いする為に、クジ付協賛券を販売しております。
御協力をお願いします。
＊当日は、交通規制が行われますのでご協力ください。
＊なお、２５日（日）の土佐中村駅の２１時２２分発（窪川行）、２１時２１分発（宿毛行）の便　はこの日に限り２１時４２分発（窪川行）、２１時４３分発（宿毛行）に変更予定となります。

問い合わせ先　中村市観光協会　（３５）４１７１
中村市商工観光課　（３４）１７８３

＊臨時駐車場（１７：００～２３：００）
幡多総合庁舎・ＪＡ高知はた本所・マルニ中村店・具同小学校・中村南小学校・フジグラン四万十店

＊＊＊　夏のイベント情報　＊＊＊

日　時	イベント・行事名	場所・内容等	問い合わせ先
８月１０日(土) １７時から	なかむら市民祭 ストリートパフォーマンス	場所:天神橋アーケード内 内容:ダンス、音楽等 ※参加者数により時間等の変更があります。	商工観光課 (３４)１７８３
８月１３日(火) から ８月１６日(金)	中村ゆうゆう観光バス運行	中村市内観光地めぐり (沈下橋・遊覧船・学遊館　他) 予約受付中	中村市観光協会 (３５)４１７１
８月２３日(金) から ８月２５日(日)	足摺宇和海国立公園 指定３０周年記念事業 「キャンプで会いましょう in 四国西南」	場所:下田　とまろっと 内容:とまろっとに集るキャンプ客を対象にイベントが行われる。	商工観光課 (３４)１７８３
８月２４日(土) １３時から ８月２５日(日) １１時まで	かわらっこイベント	場所(集合場所):田出ノ川かわらっこ 内容:四万十川自然体験イベントで、カヌーツーリングや投げ網等体験ができます。	大川筋地域振興組合 (３１)８４００
８月２４日(土) １９時３０分頃 から	大文字の送り火	場所:間崎地区 内容:十代地山の中腹を大の字形に掘り、そこに地区の各戸から集めた松明を配して焚火を行う。	中村市観光協会 (３５)４１７１
８月２５日(日) １８時から	納涼花火大会 他 ※花火大会は20時から	場所:四万十川河川敷赤鉄橋下 内容:色とりどりの花火が川面に映り、中村の夜を美しく照らす。	中村市観光協会 (３５)４１７１

市長室こぼれ話 No.27

中村市長 澤田五十六

安並水車と並んで

市民の皆さん、こんにちは。皆さんと一緒に努力してきた八つの事業が六月～九月にかけて、次々と完成し、中村市の発展にとって大きな役割を果たしていきますので、皆さんに報告し、ともに喜びたいと思います。

まず最初に、安並水車の里が六月に完成しました。安並の田園地帯の中にのんびりと水車が十八基（今は十六基）一年を通して回るようになりました。見学路も大型バスが入れ、車がすれ違いできるようになりました。駐車場、休憩できるあづま屋、兼山溝についての説明板もそろい、水路わきには春野のあじさい街道をこえるあじさいと秋の花の野かんぞうが彩りをそえます。市民の中に、きれいな色のあじさいを寄付してくださる方もいて感激しました。毎日かなりの観光客がきているそうです。

次に四万十いやしの里とトンボ・アカメと花の里が七月初めにオープンしました。いやしの里は三つの部分から成っていて、一つはつるつるする温泉、薬湯、海水露天風呂、サウナ、健康食レストラン、気功、太極拳、フットセラピー、やすらぎの間などがそろっている『いやしの館』、中国医学による治療・研究・学会・研修などができる『中医学研究所』、JR四国によるエコロジーホテルの三つが互いに相補うように、四万十川河口、平野海岸をバックによりそっています。中医学による治療は、市民病院と二カ所で行われ、その成果が市民だけでなく、段々県外の方に知れ渡っていっています。

トンボ・アカメと花の里は、トンボ公園のある場所に、トンボだけでなく、四万十川を中心とした世界の淡水魚三百種・三千匹を互いに関連づけて楽しめるようにする一方、野生と水生の花を一年中観賞できるようにしようとするもので、私も庭園づくりには毎日のようにいって汗をかいています。季節になると野生のフジツツジ、オンツツジなどのツツジ山、うの花通り、高知県に一本しかないハンノキ、カキツバタ、花菖蒲、赤・黄・白の水蓮、アジサイ、なんじゃもんじゃなどは見事なもので、さらにこれから、桂、まゆみ、アブラチャン、さざんかなど秋～冬の彩りをふやしていこうと話し合っています。

四番目は七月から試運転、十二月から本運転に入る幡多広域溶融炉です。これによりダイオキシンは今までの何千・何万分の一、炭酸ガスも広域のそれぞれでやるのより九割方減少する地球にやさしい方法です。この施設は全国から沢山の視察客を集めるようになります。以上の四つの事業はいずれも、これまでの中村市になかったオールシーズン型、全天候型のものですので、交流人口の増加に大いに役立つことでしょう。

五番目は中村市民が長らく待望していた給食の開始です（九月）。その第一段として、東山小学校を中心にして、竹島・下田・八束の生徒たちの給食を行います。そのための有機・減農薬野菜を供給する農家も組織され始めました。他の事業での合理化をすすめながら、給食の範囲を広げていきます。

あとの三つは道路の完成です。一つは古津賀の四車線化、佐岡↓下田方面の三車線化です。これにより古津賀の渋滞が大幅に緩和されることになるでしょう（八月完成予定）。

二つ目は九月半ば、具同高橋↓宿毛平田間の五六号のバイパスの完成です。この間の渋滞とのろのろ運転にこれまでどんなに悩まされたことでしょう。これによって愛媛方面からの車の流れもふえることと思います。また、広域農道とあわせると大方下田の口↓竹島↓山路↓具同↓平田の大きなバイパスも出来るので、古津賀、大橋通、赤鉄橋の渋滞も緩和されるでしょう。

三つ目は待望の高知高速道伊野↓須崎の完成（九月半ば）です。これによりこれまでの高知方面の渋滞はすべて避けられるようになり、高知までは二時間ぐらいで行けるようになるのではないでしょうか。楽しみな時代はもうすぐそこです。

第57回 国民体育大会 いしん前進

よさこい高知国体

【夏季大会（ボート）】平成14年 9月21日（土）～24日（火）

【秋季大会（軟式野球）】平成14年10月27日（日）～30日（水）

中村市の観光スポットが次々とオープン

四万十川学遊館

四万十いやしの里

７月６日に四万十川学遊館が開館となり、その記念式典が７月５日に行われました。四万十川学遊館はこれまでの『とんぼ館』と新しくできた『さかな館』の二つの施設をあわせたものです。四万十川流域に生息する水生生物をはじめ、流域における人々の暮らしや見どころなど様々な情報が展示されていて、大人から子どもまで楽しめる施設となっています。また、四万十川には生息していない世界の珍しい魚も多数水槽の中で泳いでいます。

中村市の目玉のひとつとなる四万十川学遊館をどうぞよろしくお願いします。なお、市のホームページでも紹介していますのでアクセスしてみてください。

ホームページアドレス　http://www.city.makamura.kochi.jp

７月２日(火)中村市下田に建設された「四万十いやしの里」の完成を記念して、開業式典が開催されました。

当日は、市長を始め工事関係者による式典のあと、テープカットで開業を祝い、続いて施設内が紹介されました。

里には、温泉・薬湯・海水露天風呂、薬膳レストラン、フットセラピーなどを行う「四万十いやしの里」、中医学の研究・教育、漢方治療、鍼灸治療を行う「中医学研究所・中医クリニック・中医鍼灸院」、中期滞在可能なエコロジーホテル「四万十の宿」の３つの施設があります。また、施設内に取り入れられた気の流れは、訪れた人たちの心をやさしく和ます工夫がされており、窓の外からは,小鳥のさえずりと、かすかな潮の薫りを感じることができる、時を忘れさせる不思議な空間です。

若者から高齢者まで多くの人達に愛される特別な施設となりそうです。

四万十いやしの湯　営業時間の変更について(お詫び)

四万十いやしの湯の営業時間について、都合により下記のとおり営業時間の一部を変更致しましたので、お知らせします。

営業時間の変更について、十分な周知が間に合わず、市民の皆様に大変ご迷惑おかけいたしましたことを深くお詫びいたします。

~~７時００分～　９時００分~~

~~１１時００分～２２時００分~~

変　更

(月～金)
６時３０分～　８時００分
１３時００分～２２時００分
(土・日)
６時３０分～　８時００分
１１時００分～２２時００分

「電気使用安全月間」は８月１日～８月３１日です。

電気事故は、夏季に集中して発生しています。

この時期にあわせ、経済産業省の主唱のもと「電気使用安全月間」が全国一斉に行われています。

電気の安全は、電気を使うあなたの正しい知識が大切です。電気製品を購入された時は、取扱説明書をよく読んでから使いましょう。

○ 問い合わせ先
（財）四国電気保安協会高知支部（中村支所）
☎（３４）６４３１

裁判所の不動産競売情報 ８月の入札について

○入札期間　８月２８日～９月４日
○開札期日　９月１１日午前１０時
（中村の裁判所にて）
○競売物件の資料について
物件が市内にある場合は市役所で資料をご覧になれます。ファックスをお持ちの方はファックス情報案内（０８８－８７１－１９８８）をご利用いただけます。また、中村の裁判所の１階ロビーに物件ごとの詳細な資料を備え付けていますのでご覧ください。
○入札の方法等については裁判所までご確認ください。

問い合わせ先
高知地方裁判所中村支部
☎（３５）３００７

四万十いやしの里へは、市内循環バスが運行していますので、是非ご利用ください。

下田・双海方面時刻表

平日用

		循環 双海→下田	循環 双海→下田	下田経由 折返し	循環 下田→双海	下田経由 折返し	循環 双海→下田	循環 下田→双海
中村高校	発							17:40
市民病院	発		08:00	10:05	12:05	13:55	15:28	17:42
一条通	発	06:58	08:02	10:07	12:07	13:57	15:30	17:44
四国電力		06:59	08:03	10:08	12:08	13:58	15:31	17:45
	着	07:02	08:06	10:11	12:11	14:01	15:34	17:48
中村駅 特急	着	・・・	08:01	10:01	11:53	13:36	15:07	17:13
	発	07:02	08:06	10:11	12:11	14:01	15:34	17:48
下田分岐		07:04	08:08	10:13	12:13	14:03	15:36	17:50
集会場前		07:10	08:14	10:19	12:19	14:09	15:42	17:56
竹島		07:13	08:17	10:22	12:22	14:12	15:45	17:59
双海		07:20	08:24	・・・	・・・	・・・	15:52	・・・
平野		07:26	08:30	・・・	・・・	・・・	15:58	・・・
下田		・・・	・・・	10:29	12:29	14:19	・・・	18:06
いやしの里	着	07:30	08:34	10:32	12:32	14:22	16:02	18:09
	発	※7:33	08:37	10:35	12:35	14:25	16:05	18:12
下田		07:36	08:40	10:38	・・・	14:28	16:08	・・・
平野		・・・	・・・	・・・	12:39	・・・	・・・	18:16
双海		・・・	・・・	・・・	12:45	・・・	・・・	18:22
竹島		07:46	08:47	10:45	12:52	14:35	16:15	18:29
集会場前		07:49	08:50	10:48	12:55	14:38	16:18	18:32
下田分岐		07:54	08:55	10:53	13:00	14:43	16:23	18:37
	着	07:57	08:58	10:56	13:03	14:46	16:26	18:40
中村駅 特急	発	08:06	09:22	11:11	13:15	15:05	16:34	19:06
	発	07:58	08:58	10:56	13:03	14:46	16:26	18:40
一条通	着	08:03	09:03	11:01	13:08	14:51	16:31	18:45
市民病院	着	08:04	09:04	11:02	13:09	14:52	16:32	止
中村高校	着	08:06	止	止	止	止	止	

※印の下田線は、竹島小学校経由となります。

日祝日

		下田経由 折返し	下田経由 折返し	下田経由 折返し	下田経由 折返し	下田経由 折返し	下田経由 折返し
一条通	発	08:02	10:07	12:07	13:57	15:30	17:44
四国電力		08:03	10:08	12:08	13:58	15:31	17:45
	着	08:06	10:11	12:11	14:01	15:34	17:48
中村駅 特急	着	08:01	10:01	11:53	13:36	15:07	17:13
	発	08:06	10:11	12:11	14:01	15:34	17:48
下田分岐		08:08	10:13	12:13	14:03	15:36	17:50
集会場前		08:14	10:19	12:19	14:09	15:42	17:56
竹島		08:17	10:22	12:22	14:12	15:45	17:59
下田		08:24	10:29	12:29	14:19	15:52	18:06
いやしの里	着	08:27	10:32	12:32	14:22	15:55	18:09
	発	08:37	10:35	12:35	14:25	16:05	18:12
下田		08:40	10:38	12:38	14:28	16:08	18:15
竹島		08:47	10:45	12:45	14:35	16:15	18:22
集会場前		08:50	10:48	12:48	14:38	16:18	18:25
下田分岐		08:55	10:53	12:53	14:43	16:23	18:30
	着	08:58	10:56	12:56	14:46	16:26	18:33
中村駅 特急	発	09:22	11:11	13:15	15:05	16:34	19:06
	発	08:58	10:56	12:56	14:46	16:26	18:33
一条通	着	09:03	11:01	13:01	14:51	16:31	18:38

問い合わせ先　（市）企画広報課　企画調整係
☎（３４）１１１１　内線３１４

お知らせ

AUGUST

8月

高知労働局よりお知らせ

高知労働局では、労働に関する総合相談を電話・面談により実施するとともに、個別労働関係紛争の迅速な解決のために、労働局長による助言・指導、紛争調整委員会によるあっせんを行っております。

○相談・問い合わせ先
高知労働局総務部企画室
☎088(885)6027
高知総合労働相談コーナー
☎088(885)6010

平成14年度中村市立学校体育施設開放下半期利用申込受付について

中村市教育委員会社会体育課では、地域におけるスポーツ活動の普及を目的とした、市内小中学校体育施設の夜間開放を行っております。

○利用期間
平成十四年十月～平成十五年三月

○申込受付期間
八月十九日(月)～二十日(金)

○開放施設
体育館
(小学校)下田・竹島・東山・蕨岡・田野川・中村南・川登・中村・八束・具同
(中学校)下田・中村・大用・後川・中村西・八束・東中筋・中筋
運動場
(中学校)下田・蕨岡・後川・中筋

○開放できる曜日、時間帯は学校により異なりますので、くわしくは、お問い合わせください。

◆申し込み・問い合わせ先
(市)教育委員会社会体育課
☎(35)1445

初心者ナイターソフトテニス教室参加者募集

中村ソフトテニスクラブでは、初心者ナイターソフトテニス教室を左記の要領で行います。ぜひお気軽に参加してください。

●主催・主管
中村ソフトテニスクラブ

●期間
九月十七日(火)～十月十八日(金)
毎週　火・金曜日　十回
午後七時～午後九時

●会場
安並運動公園テニスコート

●参加料　千五百円
(九月十七日の開講式に集めます)

●定員　三十名

●受付期間
九月二日(月)～九月九日(月)
午前八時三十分～午後五時
(ただし、正午～午後一時、土・日を除く)

●申込方法
(市)社会体育課にお電話でお申し込みください。

●その他
参加申込者少数の場合は教室を中止することがあります。

●問い合わせ先
中村ソフトテニスクラブ　大塚　宏
☎(35)3729
(市)教育委員会社会体育課
☎(35)1444

保管物件(通貨・証券等)の返還について

税関では、終戦当時に外地から引き揚げて来られた方からお預かりした次の通貨・証券等をお返ししています。

○終戦後、外地から引き揚げて来られた方が上陸港の税関に預けられた通貨・証券など。

○外地の集結地において総領事館などに預けられた証券などのうち日本に返還されたもの。

返還の申し出は、ご本人ばかりではなく、ご家族の方でも結構です。お心当たりの方は、
高知税関支署
☎088(832)6131
高知税関支署須崎出張所
☎0889(42)0333
までお問い合わせください。

「視力回復」をうたう商品に御注意！

最近、新聞折込チラシに「数週間で〇・一～一・〇以上に視力アップ」等々と記載し、「視力回復」を標榜する商品（ゴーグル型の機器を顔に装着し、機器内部を移動する光を眼で追うもの）の通信販売広告がふえています。この商品の効果についての内容が、不当表示に当たるとして公正取引委員会が警告を行なった旨の連絡がありました。広告で記載されている効果については、疑わしいものが多くあると思われますので、ご注意ください。

○相談先
高知県立消費生活センター
☎088(824)0999
(市)商工観光課　商工振興係
☎(34)1783

タコが生き返ったよ

６月２２日（土）～２３日（日）の２日間、右山の天神公園で中村高校の生徒たちが遊具（コンクリート製のタコの形をしたもの）の落書き消し作業をおこないました。

この公園のタコには、以前から落書きがされていて、年に１回程度中村市公園管理公社で落書き消し作業をしていたものです。

今回、中村高校の生徒会よりボランティアで作業をしたいとの連絡があり、公園管理公社の指導のもと、生徒約２０名と先生方も一緒に作業が行われました。

当日は大変暑く、サンダーなどを使って落書きを落としましたが、ホコリまみれになりながらの作業は思うように進まず、悪戦苦闘です。

そのかいあって、タコはとても綺麗になりました。中村高校のみなさん有難うございました。

○　問い合わせ先　（市）都市整備課　　☎（３４）１７８２

（タコからのお願い・・・僕に落書きしないでね）

「フンを持ち帰ろう」

＜第５回＞愛犬のフン害防止キャンペーン

四万十川、後川河川敷は住民にとって格好の憩い、散策スポットです。
ところが、両河川の堤防や河川敷は飼い主による犬のフンの放置が多く、苦情が絶えません。
そのため、今年も飼い主のマナーアップを呼びかけるフン害防止キャンペーンを

平成14年８月27日(火)～８月29日(木)

の期間に実施します。

＊内容：河川敷での看板の増設、啓発チラシや後始末セットの配布

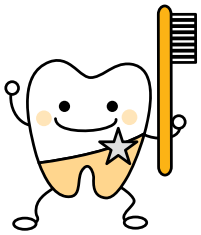
今年は９月から「よさこい高知国体」が始まります。
県内はもとより、県外から来られる選手等を、四万十の美しい自然の下に、気持ち良く迎えられたら良いですね。

中村地区区長会・中村ロータリークラブ
高知県獣医師会幡多支部・国土交通省・中村市・幡多保健所

問い合わせ先：(市）保健介護課　　（３４）１１１５
高知県幡多保健所　食品保健課　　（３４）５１１９

生き生きフェスタなかむらのご案内

◎日　時　　9月7日（土）9時30分～15時00分
◎場　所　　中村市立中央公民館
◎主　催　　中村市
　　高知県歯科医師会幡多支部中村地区



健康体験コーナー

◆健康食の展示･試食　◆足の裏健康度チェック　◆体脂肪測定
◆動脈硬化度テスト　◆頭の柔軟度チェック　◆骨密度測定
◆ストレスチェック　◆真向法体操

歯の健康まつりコーナー

◆歯の個別相談　◆動物の歯当てクイズ　◆フッ素塗布
◆ぬり絵･お面づくり　◆着ぐるみとの記念撮影　◆ＲＤテスト
◆図画･標語の展示と表彰式　◆紙芝居

その他のコーナー

◆中医学展示　◆育児(マム&チルドレン)コーナー等

◎問い合わせ先　（市）保健介護課　TEL(34)1115(直通)

ひろばだより

めぐみ乳児保育園、ひかり乳幼児保育園では、３歳未満のお子さんを持つご家庭に、園庭と園内を下記の内容で開放しています。子供どうしの交流や子育ての悩み、また、子供の成長について一緒になって考えていきましょう。

	めぐみ乳児保育園	ひかり乳幼児保育園
広場名称	なかよし広場	ひまわり広場
広場の開設及び育児相談の日時	第１水曜日・第３水曜日 午前９時30分～午前11時 （電話での相談も受けています）	第２水曜日・第４水曜日 午前９時30分～午前11時 （電話での相談も受けています）
場所・連絡先	具同田黒１丁目11番38号 ☎(37）2121	古津賀942番地 ☎(35）6605

※　ご利用にあたっての詳細は、各園にお問い合わせください。

国際交流員　郭　向麗　のコーナー

中国湖南省

（二）「岳陽楼に登る」

私は幼い頃から文学好きの父母に漢詩を暗記させられた覚えがあります。そのおかげで日本人に馴染み深い杜牧の「山行」、李白の「静夜思」、杜甫の「春望」、蘇軾の「春夜」等々、いまでもよく記憶に残っています。先日、友人に公民館の詩吟教室に連れていってもらいました。受講生の一人ひとりが感情を込めて好きな漢詩を読み上げた風景を見て感慨無量でした。何千年も前の中国の詩人が作ったこれらの詩を、二十一世紀に異国のこの中村市でこのように読まれているとはまさか考えもしなかったでしょう。五千年の歴史を誇る中国、そしてその一部の文化を伝承した日本との間、これからもずっと漢詩を通じてお互いに心と気持ちを読みとり、文化を理解し、末永く仲良くしていこうではありませんか。

さて、今日はまず岳陽楼を紹介してまいりたいと思います。みなさんは杜甫の「岳陽楼に登る」という詩をよくご存知でしょう。「昔聞く洞庭の水、いま上る岳陽楼、呉楚東南にさけ、乾坤日夜浮かぶ、親朋一字無く、老病孤舟あり、戎馬関山の北、軒に憑れば涕泗流る」という名作ですが、この漢詩について話します。

次は岳陽市管轄下の汨羅市について話します。汨羅市といえば昔の楚国の愛国詩人屈原を祭る「屈原祠」で有名です。国を憂い、汨羅江に身を投げ、亡くなった屈原を記念するために、屈原氏が亡くなられた旧暦の五月五日に、人々は屈原の体が魚に飲み込まれないようにちまきを川になげ魚に与えたり、また、汨羅江に多くの船を出し、屈原の遺体を捜したりしていたと伝わられています。これが、今日端午の節句にちまきを食べたりペーロン競争をしたりする由来です。

漢詩のお好きな方、また三国志のファンの皆さん、岳陽に行ってみませんか？きた岳陽楼は湖南省の岳陽市にあり、洞庭湖畔に建てられている楼閣で、湖北省武漢市の黄鶴楼、江西省の南昌市の滕王閣と共に江南三大楼閣の一つに数えられています。

言い伝えでは三国時代呉の名将―魯粛が水軍の訓練をするときの閲兵台が楼の始まりだとされ、唐代の開元四年（七一六年）に建てられました。北宋の岳陽郡守、滕子京によって改修され、当時の有名な文学者である範仲淹が「岳陽楼記」を執筆しました。「岳陽楼記」には「天下の憂いに先んじて憂い、天下の楽しみに後れて楽しむ」という名句があり、後世の人に大きな影響を与え、日本でも後楽園の名のもとになりました。岳陽楼に登れば一面に広がる洞庭湖、またその真中に浮かぶ君山が見事に見えて、まるで杜甫が歌われた通りの「乾坤日夜浮かぶ」です。

お知らせ

中村市例規集が市のホームページでご覧いただけるようになりました。

例規集とは、中村市の市民負担の根拠や施設の利用方法などを定めた条例、市長の権限に属する事務に関し制定した規則、その他各種要綱などを取りまとめたもので、市民の権利・義務関係に大きく影響しています。図書館にも閲覧用を置いてありますが、今回広く市民の方にご覧いただけるようホームページにも掲載しましたので、ご利用ください。

ホームページアドレス　http://www.city.nakamura.kochi.jp/

【問い合わせ先】（市）総務課行政係　☎(35)2044

高知医科大学医学部附属病院看護職員募集

○職　　種　　助産師、看護師
○資　　格　　免許所有者又は取得見込者
○待　　遇　　国家公務員給与法による
○勤　　務　　１週４０時間勤務（週休２日制）
○応募方法　　履歴書（写真貼付）を下記へ郵送又はご持参ください。
○募集期間　　８月１日（木）～９月６日（金）
○看護宿舎　　全室ワンルームマンション形式の個室（宿舎料無料、ただし共益費個人負担）
○応募先・問い合わせ先
〒783-8505　南国市岡豊町小蓮
高知医科大学総務部庶務課任用係　　☎088(880)2224(直通)

「中村市四万十川の保全及び振興に関する基本条例」

６月号より２回にわたり「中村市四万十川の保全及び振興に関する基本条例」について掲載してきました。
今月は、第７節から第９節を紹介いたします。

第７節　振興

第17条　市は、四万十川に負荷を与えないような振興を図るものとし、かつ流域市町村が相互に連携した振興方策の推進のため、必要な措置を講ずるものとする。
２　市は、必要に応じて流域市町村と連携して、四万十川の水産業の持続的な発展に努めるものとする。

第８節　推進体制

（市民の理解と協力）
第18条　市は、四万十川の保全及び振興に関する方策について、市民の理解と協力を得て推進するように努めるものとする。

（国、県との連携等）
第19条　市は、四万十川の保全及び振興に関する方策について、国、県及び流域市町村と連携して推進するように努めるとともに、必要な協力を要請するものとする。

（他の流域市町村との連携等）
第20条　市は、四万十川の保全と振興に関する方策について、他の流域市町村と連携して推進するように努め、必要な協力を要請するとともに、これらの市町村との間で流域の一体感を醸成するよう努めるものとする。

（財政措置）
第21条　市は、この条例の目的を達成するため、四万十川の保全及び振興に関する取組みを恒常的に実施するための財源の安定的確保に努めるものとする。

（審議会）
第22条　市長は、四万十川の保全及び振興に関する重要事項を審議するため、四万十川環境審議会（以下「審議会」という。）を置く。
２　審議会は、市長の諮問に応じ、四万十川の保全及び振興に関する重要事項について調査審議し、その結果を市長に報告する。
３　審議会は、委員20人以内で組織する。
４　委員は、次の各号に掲げる者の中から市長が委嘱する。
(1) 市民
(2) 第19条において関係する行政機関の職員
(3) 公共的団体の役員
(4) 学識経験者
(5) その他市長が必要と認めたもの
５　委員の任期は、１年とする。ただし、委員が欠けた場合における補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。
６　委員は、再任されることができる。
第23条　審議会に会長及び副会長を置き、それぞれ委員の互選によって定める。
２　会長は、会務を総理し、審議会を代表する。
３　副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるときはその職務を代理する。
第24条　この節に定めるもののほか、審議会の運営に関し必要な事項は、市長が別に定める。

第９節　雑則

（渡川水系以外の河川等への適用）
第25条　第６条から第12条までの規定は、第２条の規定にかかわらず、本市の区域内の渡川水系以外の河川等についても適用する。

（委任）
第26条　この条例の施行に関し、必要な事項は規則で定める。

附　則

（施行期日）
１　この条例は、平成14年４月１日から施行する。

（四万十川清流保全条例の廃止）
２　四万十川清流保全条例（平成２年条例第１号）は、廃止する。

問い合わせ先　　（市）地球環境課四万十川保全係　　TEL（３４）１１７０

今年度より森林の区分（ゾーニング）で造林補助事業が変わります。今回は、間伐施業による補助事業についてご紹介します。

1. ゾーニングと造林補助事業について

森林の諸機能を区分（ゾーニング）すると３つの色になりますが、補助事業はその３色を２つにわけて以下のとおり補助施策を展開します。

（１） ゾーニングの区分　「資源の循環利用林（赤色）」「水土保全林（活用型）（黄色）」

道路などが整備され木材の生産に適し、林業経営を効率かつ安定的に実施できる森林のことです。

事業名：流域循環資源林整備事業・流域公益保全林整備事業

（２） ゾーニングの区分　「水土保全林（保全型）（青色）」

国土保全のための山地災害防止機能（土壌保持力）を発揮する森林、水源かん養機能（保水力）を発揮する森林のことです。　事業名：流域公益保全林整備事業

① 補助の対象になる林齢　１１～４５年生までが対象で、ただし、３０年生以上への補助は条件があります。
主な施業内容：除伐主体の除間伐・切り捨て主体の除間伐・搬出主体の除間伐があります。

② 補助の対象になる間伐率　概ね３０％と４０％の二種類で、４０％の間伐率は「水土保全林(保全型)(青色)」でのみ対象。

③ 実質補助率（１ha当たりの県の事業標準単価に対して）３６～９０％です。
間伐率が高い場合（間伐率４０％）も実質補助率が高くなります（実質補助率９０％）。

④ 補助の対象者
今年度から、従来どおり森林組合等に施業を委託などのほか、個人で施業を行なっての申請も可能です。ただし、個人で申請される場合は施業実施前に市町村長との施業に関する協定を結ぶか、新しく森林施業計画の認定をうける必要があります。

2. ゾーニングと高知県単独の補助事業

（１） 山でがんばる林業者支援事業

自分で所有する山の間伐施業を実施した場合に補助

① 補助の対象になる木の年齢　１１～４５年生までが対象で、１１～３５年生までで、１の造林補助事業の補助を受けられることが確実な場合、この事業も可能です。
主な間伐施業内容：除伐主体の除間伐・切り捨て主体の除間伐があります。

② 補助の対象になる間伐率　概ね１０本に３本を伐ること（切り捨て主体の除間伐の場合）。

③ 実質補助率（１ha当たりの県の事業標準単価に対して）８０％です。

④ 補助対象者　森林所有者（所有森林面積のうちの、人工林面積が１００ha未満であること。

⑤ 補助対象面積　森林所有者に対する補助対象面積は年間１０haを限度とします。

（２） ふるさとの森整備事業

「水土保全林（保全型）（青色）」で実施する強度な間伐に対して補助

① 補助の対象になる木の年齢　１１～４５年生までが対象で３０年生以上への補助は条件があります。
主な間伐施業内容：強度な切り捨て間伐

② 補助の対象になる間伐率　概ね４０％

③ 実質補助率（１ha当たりの県の事業標準単価に対して）９０％です。
間伐実施後１０年間は、皆伐禁止です。

④ 補助の対象になる事業主体　今年度から、従来どおり森林組合等に施業を委託するなどのほか、個人で施業を行なっての申請も可能、ただし、個人で申請する場合は、施業実施前に市町村長との施業に関する協定を結ぶか、新しく森林施業計画の認定をうける必要が有ります。

（３） 地域林業総合支援事業

間伐実施事業　「資源循環利用林（赤色）」又は「水土保全林（活用型）（黄色）」で実施

① 補助の対象になる林齢　３１～４５年生までが対象

② 補助の対象になる間伐率　概ね３０％

③ 補助内容　出荷材積１m^3につき３,５００円補助　出荷材積（１0～100m^3）/ha

④ 補助の対象者　森林所有者等

＊ この事業の補助金は前持って予定量を把握する必要がありますので、ご希望があれば下記までご連絡ください。

3. 詳細についての問い合わせ先

（市）農林水産課　林業振興係　☎（３４）１１１１　内線２１７・２１１
中村林業事務所　間伐推進チーム　☎（３５）５９７８
中村市森林組合　☎（３４）２２３３

国体だより

よさこい高知国体中村市開催競技の紹介
（軟式野球編）

秋季大会（10月27日～30日）において、安並運動公園野球場（四万十スタジアム）で開催される軟式野球競技について紹介します。

軟式野球競技は、皆さんがテレビ等でよく見られるプロ野球や高校野球とまったく同じルールで行われます。ボールは、プロ野球などで使う「硬球」とは違い、危険が少なく子どもから大人までが親しめるよう「軟球」と呼ばれるゴム製で中が空のボールを使用します。

1　国体での競技種別

国体では次の3種別が中村市を含む6市町村で行われます。

種　別	開催市町村	参加チーム数	年齢制限	参加資格等
一般A	高知市・伊野町	１６	39歳以下	過去の国体経験を問わない
一般B	中村市・宿毛市	１６	39歳以下	国体に初めて出場する者のみ
成　年	窪川町・西土佐村	１２	40歳以上	過去の国体経験を問わない

2　国体での競技方法

国体は、トーナメント（勝ち抜き）方式により1位から8位までの順位が決定されます。各試合は、順位決定戦（３～８位）を除き９回戦で行われ、同点の場合は決着がつくまで延長戦が行われます（トーナメント表は１３ページ別図参照）。

3　中村市の受け入れ体制

中村市では、中村市に宿泊する８チームを民泊で受け入れることとしています。８地域に設けられた協力会では、選手の食事、入浴、宿泊はもとより、応援班を組織し、試合のときにはスタンドで工夫を凝らした元気いっぱいの応援を行います。

皆さんも、野球場に足を運び選手や協力会の皆さんと一緒に50年に一度の国体を楽しんでみませんか。

下田上地区民泊協力会から
～選手・監督へのおくりもの～

６月２２日（土）井沢団地集会所において、地元民泊協力会のみなさんが国体選手・監督への民泊記念の木工品作りを行いました。

当日は井沢団地老人クラブ（竹馬会）から１３人、竹島小学校から１６人の子どもたちが参加しました。子どもたちは竹馬会のみなさんからヤスリのかけ方等を教わりながら、心をこめて楽しそうに記念品作りに取り組みました。

木工品作成に参加した方は、「国体の開催地にあたり、こんな機会があたえられるのは一生のうち一度あるかないか。協力できることはなんでもしてあげたい。」と話していました。この気持ちはきっと参加選手にも伝わり、国体の楽しい想い出として心に残ることとなるでしょう。

選手を暖かく迎えいれることのできる、そんな環境づくりを市民みんなで作りあげ、大会選手をお迎えしましょう。

～民泊のお知らせ～ ≪③≫

【民泊協力会の受入チーム抽選会の開催】

市実行委員会では、７月３日（水）市役所３階議員協議会室において、８民泊協力会の会長が集まり受け入れる軟式野球チームの抽選会を開催しました。

この抽選会は、秋季大会に行われる軟式野球競技(一般Ｂ)の中村会場のトーナメント枠毎に受け入れ先となる民泊協力会をあらかじめ定めておき、10月の民泊受入や応援体制に備えるものです。

なお、軟式野球競技の参加チームの抽選会は、10月１日（火）に東京で行われます。

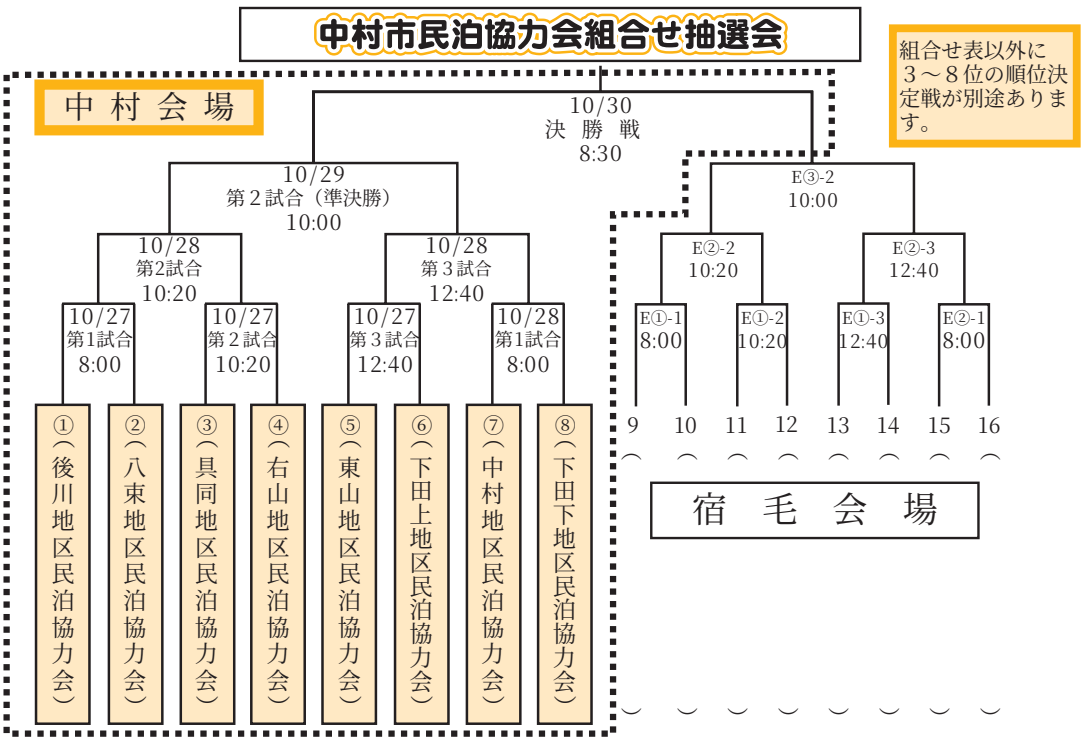
【抽選会の状況】

抽選結果に歓喜する各会長のみなさん

【会議の状況】

抽選会直前の民泊連絡協議会の会議状況

【抽選会の結果】



【問い合わせ先】 （市）国体推進課内 よさこい高知国体中村市実行委員会 ☎（３４）２０７２

介護保険のお知らせ

～市 保健介護課～

平成１４年度 中村市の６５歳以上の方（第１号被保険者）の介護保険料

６５歳以上の方（第１号被保険者）の介護保険料は、所得段階別に５段階になっており、市町村ごとに決めることとなっています。

中村市での平成１４年度介護保険料額は次のとおりです。

段　階	対 象 者	平成14年度年間保険料額
第1段階	○生活保護受給者 ○市民税世帯非課税かつ老齢福祉年金受給者	17,900円
第2段階	○市民税世帯非課税者	26,900円
第3段階	○市民税課税世帯で本人分が非課税者	35,800円
第4段階	○市民税課税者で合計所得金額が250万円未満	44,800円
第5段階	○市民税課税者で合計所得金額が250万円以上	53,700円

納め忘れていませんか？平成12・13年度の介護保険料！

介護保険料を納めないままでいると、滞納していた期間に応じて保険給付が制限されます。

１ 年 以 上‥‥介護サービスにかかった費用をいったん全額自己負担し、申請によりあとで払い戻し（費用の９割）を受ける方法になります。
１年半以上‥‥一時的に給付の一部または全部を差し止めされます。
２ 年 以 上‥‥サービスを利用する時、納めないでいる期間に応じて自己負担が１割から３割に引き上げられたり、高額介護サービス費などの支給も受けられなくなります。
保険給付の制限は、滞納が１年以上になったときから始まります。
保険料の納付にご協力ください。

※ 介護保険料を個別に市に納める（普通徴収）方へ ※

介護保険料の納付は、口座振替が安心・確実・便利です。

◎ 手続きは簡単です！

（口座振替の手続きに必要なもの）

- 口座振替の依頼書
- 預金通帳
- 印かん（通帳の届け出印）

これらを持って、金融機関・郵便局、または市　保健介護課　長寿介護係で手続きをしてください。

● 詳細等問い合わせ先：（市）保健介護課　長寿介護係　☎（34）1119

児童扶養手当制度について

児童扶養手当は、次に掲げる18歳に到達後最初の年度末まで(一定以上の障害を有する場合は20歳未満まで）の児童を監護している母や、母に代わってその児童を養育している人に支給される手当です。ただし､手当を受ける資格ができてから５年を経過すると受給資格を喪失します。

受給資格　①父母が離婚　②父が死亡　③父が重度の障害
④父が生死不明　⑤父から1年以上遺棄
⑥父が1年以上拘禁　⑦未婚の母子（父の認知を受けている場合も可）

児童扶養手当は、8月1日から、制度の一部が改正されます。

主な改正点

①所得制限限度額と手当額

手当を受給できる方の所得制限限度額は引き上げ（緩和）られますが、手当全額を受給できる方の制限限度額は引き下げられます。また、支給額（月額）は、全部支給は今までと同じ42,370円ですが､一部支給は、所得に応じて、42,360円から10,000円までの10円きざみの額となります。（第２子については月額5,000円、第３子以降については月額3,000円の加算は従来どおりです）

②所得の範囲と控除の取り扱い

養育費等の金額の80%が所得として新たに加算されます。また、所得額から控除していた寡婦控除、寡婦特別加算は控除がなくなります。特別障害者の控除額は、35万円から40万円に引き上げられます。

③支給事務は県が行っていましたが8月から市がおこないます。支給日は変更ありません。

現況届について

児童扶養手当を受給している方は、毎年8月に現況届を提出しなければなりません。この届がないと8月分からの手当が受給できなくなります。提出期間は､8月5日(月)から8月16日(金)までですので､必ず提出してください。今回の制度の改正に伴い、現況届の記載事項も変更となりますので、ご留意ください。

※ 母が婚姻（届を提出してなくても事実上の婚姻関係となった）、公的年金を受給、児童が施設入所した場合等は、手当が受けられなくなりますので、すぐ届出をしてください。

特別児童扶養手当について

特別児童扶養手当は精神又は身体に障害を有する児童を監護する父もしくは母に、または父母以外のものがその児童を養育するときは養育者に支給される手当です。

☆特別児童扶養手当を受けている方

８月１２日（月）から２１日（水）までに印鑑、証書を持参して所得状況届を提出してください。
提出がないと８月分からの手当が受けられなくなりますので福祉事務所に必ず提出してください。

問い合わせ先　（市）福祉事務所　社会福祉係　　☎（３４）１１２０

防災パトロールを実施しました。

６月２８日（金）、市内の地すべり、がけ崩れ等が発生する危険性のある災害危険箇所を把握し、人名の保護及び災害の防止に資するため、防災関係機関が集まり一緒に６箇所（蕨岡乙、大屋敷、楠島、古津賀、竹島、下田）の危険箇所のパトロールを行いました。

～防災学習が行われました～

６月３０日（日）、古津賀第２団地で「震災対策訓練」として、地震についての防災学習を集会所で行いました。

これは、地区の自主防災組織が毎年行っている訓練で、今年は国体が開催されることから時期を早めて行われました。

計画では、来る南海地震に備えるため、土佐沖でＭ８.５の地震が発生し、第２団地のほとんどが倒壊し、津波の危険も併せて想定したもので、避難場所への避難や消火活動、救助活動を行う予定でした。

しかし、あいにくの天気のため、集会所でビデオによる地震・津波の防災学習会を行ったもので、子どもも含め８０名近くの方が参加され、実際に被害に合われた方のインタビューの場面などが映し出され、有意義な学習をされました。

～避難訓練が行われました～

７月７日（日）、下田防災会（松ノ山、下田上、下田下地区）による地震発生後の津波を想定した避難訓練が行われました。

午後1時土佐湾沖で発生したＭ８.４の地震により津波警報が発令されたとの想定により、サイレンを合図に、あらかじめ地域で定めた４箇所（和霊神社、秋葉神社、南宗寺、光明寺）の避難場所へ約100人の方が避難されました。

その後は、参加者が下田小学校グランドに移動し、防災備品点検、毛布と竹による応急担架づくりを実施しました。

●問い合わせ先　（市）総務課行政係　☎（３５）２０４４

用地測量に着手する横瀬川ダム

四国地方整備局が，宿毛市山奈町一生原地区に計画している横瀬川ダムの基本計画が告示されました。基本計画とは、以下に示すダムの諸元等を法的に定めたものであり、これにより、横瀬川ダムは、平成２年度から実施してきた調査段階からワンステップ進んだ建設に向け、ダム貯水予定地の用地測量や付替道路（現在の道路がダムの中に沈むので高いところに替わりの道を付ける）の測量・設計に着手することとなりました。

また、水没地権者及び山林地権者の協議会と中筋川総合開発工事事務所との間で橋本高知県知事及び山下宿毛市長を立会人とし、ダム事業がスムーズに進むことを目的とした基本協定書の調印式を高知県庁で実施しました。

横瀬川ダムは、大きく分けると３つの目的があります。第一が横瀬川・中筋川沿川地域の洪水被害を小さくします。第二が10年に１回程度の渇水時においても農業用水を確保するため、河川内に生息する動植物を守るため、水質の悪化を防ぐため等に適度の水量を確保します。第三が中村市への水道用水を供給します。

平成24年度の完成を目指し職員一丸となって努力していく所存でございますので、みなさまのご支援とご協力の程よろしくお願いします。

【詳細内容及び問合せ先】
中筋川ダム・横瀬川ダムのホームページ
http://www.skr.mlit.go.jp/nakasuji/

国土交通省　中筋川総合開発工事事務所　調査設計課
TEL　０８８０（６６）０１４２

横瀬川ダムの諸元

位置	高知県宿毛市山奈町山田
型式	重力式コンクリートダム
堤高	72.1m
堤頂長	207.4m
堤体積	181,000m^3
集水面積	11.4km^2
湛水面積	0.4km^2
総貯水容量	7,300,000m^3
有効貯水容量	7,000,000m^3

横瀬川ダム位置図

水道課よりお願い

水道メーターは、みなさまがお使いになった水量を計り、水道料金をお支払いただくもとになる大切なものです。

水道メーターの検針は月初めにおうかがいして使用水量をお知らせいたします。

★ 水道メーターの検針にご協力ください
- ○ 水道メーターボックスの上には物を置かないでください。
- ○ 犬は放し飼いにしないで、出入口や水道メーターボックスから離してつないでください。
- ○ 水道メーターボックスの中は、いつもきれいにしておいてください。
- ○ 家の増改築のときに水道メーターボックスが床下や屋内にならないようにしてください。

水道料金のお支払は、口座振替が安心・確実・便利です。

○ 口座振替の手続きに必要なもの
- 口座振替の依頼書（金融機関・郵便局にあります）
- 預金通帳
- 通帳の届け出印
- 水道料のお知らせまたは領収書（無くてもかまいません）

これらを持って金融機関または郵便局で手続きをしてください。

問い合わせ先　（市）水道課　☎（３４）１７１１

もぐもぐモーニング

「いい朝のメッセージ」「おいしい絵手紙」大募集

○ いい朝のメッセージ：部門

応募用紙に必要事項をご記入いただき、切り取り線で切り離し、５０円切手を貼って投函してください。応募は一人何点でも結構です。応募用紙のコピーやはがき、別の用紙の使用、インターネットでの応募も可です。字数は１００字以内とします。特別な読み方、難しい読み方にはふりがなをつけてください。

○ おいしい絵手紙：部門

官製はがきもしくは下記の規格による用紙で応募してください。この規格を外れると通常料金では郵送できないので注意してください。応募は一人何点でも結構です。はがきには、住所、氏名（ふりがな）、性別、電話番号、職業（学校名）、年齢をご記入ください。この部門についてはコピーした作品やインターネットによる募集は行いません。〈大きさ〉長辺14～15.4cm　短辺9～10.7cm　〈重さ〉2～6g

※ いずれの部門も未発表の作品に限ります。応募作品については、全ての権利を高知県が有します。

※ 作品の返却はいたしません。

○ 応募締め切り

９月１３日（金）当日消印有効

応募先・詳細問い合わせ先

〒780-8570　高知市丸の内1-2-20

高知県健康福祉部健康増進課　もぐもぐモーニングコンクール係

FAX　０８８（８７３）９９４１

Eメールアドレス　k13103@ken.pref.kochi.jp

中村の歴史と文化

Vol.27

鮎漁のルーツ・三里遺跡

後期前葉の三里式は、三里遺跡出土土器を標準として型式設定されたもので、口縁の外側を渦巻文で飾った大変おしゃれな土器である。当時、土器作りは女性の役割だったらしく、三里の縄文女性は土器文様から見る限りハイセンスの持ち主だったと思われる。

三里遺跡は、四万十川の自然堤防上に立地し、大規模な河川漁労集落として世に名高い。遺跡は昭和五十一年に中村市教育委員会によって発掘調査され、その全容が明らかとなったのであるが、特に大量の土器と共に魚網用の石錘が多数見つかり我々を驚かせた。石錘は百点を超し、大部分は長さ五センチ前後の大きさで建て網または地引き網用のもので占められていたが、中には、ふせ網のおもりとして使用された長さ二センチ前後の超小型のものも含まれていた。

三里遺跡の縄文人は前面の四万十川で網をあやつり漁労にいそしんでいたこととおもわれるが、彼らが主にねらったのは瀬を大群となってさかのぼってくるアユであったのではなかろうか。十和村広瀬遺跡を調査した岡本健児先生は「広瀬に住んだ縄文人は夏に食べきれないほどアユを捕ったであろう。そして今日もこの地方でやっているように、腹わたを取って火にあぶり、その後つるして干したアユを作ったと考えたい。さらに冬の不漁期の糧としたのではなかろうか」と考察している。

三里の縄文人も広瀬同様、アユを一網打尽にし、豊漁続きの日々を送っていたことと思われる。三里では、今日もアユの地引網漁が行われているが、この漁法は縄文時代の後期前葉（今から約三千八百年前）にそのルーツが求められ、三里にえんえんと伝わっているのである。

文化財保護審議会会長
木村剛朗

三里式土器
三里遺跡出土土器、石錘

訂正　七月号の本文に石鎚とあるのは石錘の誤りでした。おわびして訂正します。

※　中村の歴史と文化に関する問い合わせ先　　(市) 生涯学習課　TEL（３４）０１３０

県産乾燥材利用住宅促進事業のご案内

県産乾燥材利用住宅促進事業とは・・・

・県産乾燥材を構造材に５０％以上使用した新設木材住宅、または、新築と同程度（トイレ・バス・キッチン等を含む）増改築に対する助成制度です。
・ただし平成１６年３月２０日までに住宅の建築、取得が完了していること。

○　内　容

特典　延床面積は１㎡に対して１,５００円の助成！
（上限：床面積は１３４㎡まで）
＊「ゆうもく」、「優しい住まい」と併用ができます。

延床面積が１３４㎡（約４０坪）の住宅では、２０１,０００円の補助額となります。

○　利用できる方

・県内に自ら居住するために乾燥材を使用した木造住宅を建築・取得される方。

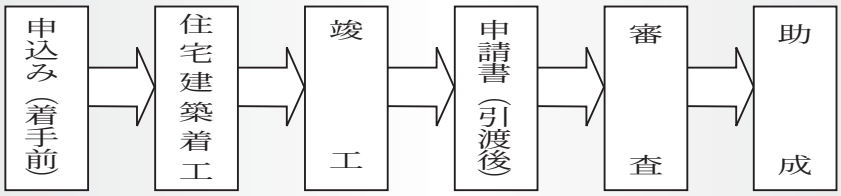
○　お申し込み及び問い合わせ先

・住宅着工前に高知県森林局林業振興課又は最寄りの県林業事務所まで申込書を提出してください。

高知県森林局林業振興課
高知市丸ノ内１－７－５２　　TEL０８８(８２１)４５９１
中村林業事務所
中村市山手通１９　　TEL(３５)５９７７

○　県乾燥材利用住宅促進事業フロー及び条件

・通し柱、管柱、筋かい、束、土台、大引、根太の合計材積の５０％以上に県産の乾燥剤（含水率２０％以下）を使用すること。



古い電話帳の回収にご協力を！

☆ 中村市ではごみの削減のためリサイクルを推進しています。
市民の皆様のご協力をお願いします。

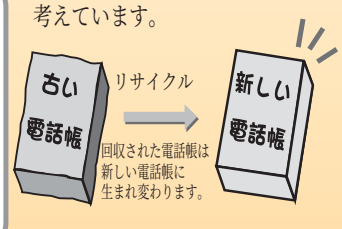
回収された電話帳は新しい電話帳に生まれ変わります。

○新しい電話帳のお届け時にお取り替えさせてください。
○お客様ご不在時で、古い電話帳の回収ができなかった場合は、再度、回収にお伺いいたします。

配達回収期間　8月9日～8月25日

問い合わせ先
電話帳回収センタ
フリーダイヤル
0120－303077
受付期間:8月3日～8月19日
受付時間:午前9時～午後5時
土･日曜日･お盆期間(13日～15日)を除く

森林資源の節約と地球環境を考えています。



好きです土佐　守りたい街がある　人がいる
～その想い、君にできる何か！～
（警察官Ｂ男性・女性採用）

高知県警察では、次のとおり警察官の採用募集を行っています。将来の高知県警察の担い手となる、知性と勇気あふれる若者の応募を待っています。

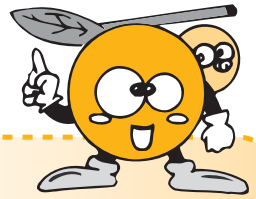
○受付期間
８月１６日（金）～９月４日（水）

○第一次試験
１０月１３日（日）

○受験資格
昭和４７年４月２日から昭和６０年４月１日までに生まれた者。ただし、学校教育法による４年制大学等を卒業した者及び平成１５年３月までに卒業見込みの者は除く。

高知県警察本部　警務課　人事係
フリーダイヤル　０１２０－０３２－３７６
までお問い合わせください。

ねんきんだより



国民年金保険料の納付の時効は２年間です。

○　保険料の納付期限

毎月の保険料は、翌月末までに納付しなければならないことになっています。

※　口座振替を利用されている方の保険料の引き落としは、翌月末です。

保険料の納め忘れ（未納）があると、老齢基礎年金の年金額が少なくなったり、受けられなくなったりします。また、万が一の場合の障害基礎年金、遺族基礎年金が受けられなくなる場合があります。（保険料納付済期間及び免除期間の合計が老齢基礎年金は２５年以上、障害基礎年金・遺族基礎年金は被保険者期間のうち３分の２以上が必要です）

納め忘れがあった場合、さかのぼって支払うことができるのは２年以内に限られ、２年を超えると納めることができなくなります。保険料を納めることが困難な場合、保険料免除の手続きをとるようにしましょう。

※　保険料を未納にしておくのと、免除の扱いにするのとでは将来受ける年金額に大きな差ができます。

未納期間は、年金を受けるための期間には含まれず、将来受ける年金額に全く反映されませんが、保険料免除が認められれば、その期間の年金額は全額免除の場合は３分の１、半額免除の場合は３分の２で計算されます。（ただし、半額免除は残りの半額を納めないと未納になります）。さらに、１０年以内であればさかのぼって納付することができます（追納）。

追納した分については本来の年金として計算されます。

問い合わせ先　（市）市民課　国保年金係　☎(34) 6125

働く婦人の家主催講座のご案内

講座名＼日時等	期　間	時　間	定員	場　所	受講料	用意する物
ペン字書道講座	8／27～10／29 毎週　火曜日 （全10回）	午後7時～9時	18人	働く婦人の家 ２階講習Ａ	無　料	筆記用具 （デスクペン等 材料代実費）

【対　　象】市内に居住又は勤務している女性

【申し込み方法】８月１９日（月）～　電話での申込みも可能です。（土日は除く）
窓口・電話いずれも午前9時～午後５時（ご本人に限ります）
ただし、定員になり次第締め切ります。

【そ　の　他】詳しくは、働く婦人の家までお問い合わせ下さい。☎(34) 6299
なお、講師の都合により日程が変更になることがありますので、ご了承ください。

図/書/館/だ/よ/り

★★★今月の新刊★★★

青少年読書感想文全国コンクール「課題図書」

小学校低学年の部

けんかのきもち	伊藤　秀男
むしたちのうんどうかい	久住　卓也
ヤギになっちゃうぞ	石倉　欣二

小学校中学年の部

ねこたち町	わしお　としこ
虹の谷のスーパーマーケット	池川　恵子
ぼくのクジラ	キャサリン・スコウルズ

小学校高学年の部

アンソニー　はまなす写真館の物語	茂市　久美子
よみがえれ白いライオン	谷本　雄治
カブトエビの白い夏	マイケル・モーパーゴ

中学校の部

フクロウはだれの名を呼ぶ	ジーン・クレイヘッド・ジョージ
カナリーズ・ソング	ジェニファー・アームストロング
クマ追い犬タロ	米田　一彦

高等学校の部

ビリー・ジョーの大地	カレン・ヘス
救急医、世界の災害現場へ	山本　保博
おかあさんになったアイ	松沢　哲郎

一　般　書

IT教育を問う	高嶋秀之
絵本の視覚表現	中川　素子ら
大きな活字の実用折り紙百科	小林　一夫
合併反対を選択したまち	自治労連上尾市職労
神は日本を憎んでいる	ダグラス・クーブランド
今日からはじめるパッチワーク	パッチワーク通信社
サカタ荘２２１号室	坂田　靖子
サシミ文化が世界を動かす	堀　武昭
しゃばけ	畠中　恵
自由と節度	松山　幸雄
全図解　退職・失業と雇用保険	原　智徳ほか
テレビ局がつぶれる日	脇浜　紀子
文明の憂鬱	平野　啓一郎
ようこそ　自然保護の舞台へ	WWFジャパン
ルターとクラーナハへの旅	松田　至弘

幡多公設市場だより 58

＜8月14日(水),15日(木),16日(金)はお盆の臨時休市日です。＞

当月市場に入荷される旬のたべものを紹介します。
（市場分類による）

さかな類……カツオ,アジ,サバ,ヨコ,川エビ
果実類…… メロン類,リンゴ,バナナ,ぶどう,梨
野菜類…… きゅうり,トマト,ピーマン,ネギ,しょうが,大根

※　魚介類の効用（動脈硬化や脳卒中の予防）

魚や貝の中には、ＥＰＡという成分が含まれており、血中コレステロールの上昇を防ぎ、中性脂肪を減らす作用があり、心筋梗塞や脳卒中を予防する働きもあります。

血圧降下に役立つタウリンも豊富で、特に高齢者の場合、寿命を保つ上で効果があると言われています。

ア　ジ

食卓でおなじみの大衆魚、特に晩春から晩秋までが味のよい時期で、塩焼き，酢のもの，煮つけなどの調理に向いていますが、中でも栄養価が高く、おいしく食べられるのは、小アジのから揚げです。

アレルギー体質の人は、ショウガ，ダイコン，シソ，ネギなど魚の中毒を予防する働きのある野菜を一緒に食べると、じんま疹をおこしにくくします。

お誕生おめでとう

（平成十四・六・六～平成十四・七・五届出分）

住所	赤ちゃん	保護者
大橋通	西内　夏希（なつき）	浩史
四万十町	安田　莉美叶（りみか）	隆至
桜町	陣内　惇（あつし）	陽介
一条通	風邊　柔斗（じゅうと）	聖
新町	篠田　康太（こうた）	健
右山元町	北澤　匠（たくみ）	祐司
右山元町	新開　優月（ゆづき）	秀成
右尖閣	高橋　祥平（しょうへい）	敦也
不破	池田　凌（りょう）	浩之
不破	高橋　翔我（とわ）	明
安並	小島　未羽（みう）	兼一
古津賀	吉井　蓮（れん）	久
入田	松井　亮哉（りょうや）	賢哉
具同	高野　真歩（まほ）	博明
具同	西村　萌里（もえり）	充民
具同	明神　光竜（ひかり）	満洋
具同	森下　翔哉（しょうや）	恵之
具同田黒	今橋　裕子（ゆうこ）	一幸
具同田黒	岡﨑　太誠（たいせい）	太輔
具同田黒	小川　慧（けい）	力
具同田黒	都築　永遠（とわ）	誠
具同田黒	山岡　凌（りょう）	岳

ご冥福をお祈りします

（平成十四・六・六～平成十四・七・五届出分）

住所	氏名	享年
一条通	中山　登茂子	七八
不破	夕部　松次	九七
古津賀	佐田　益雄	八五
古津賀	竹葉　マサ子	八四
古津賀	野並　正直	九二
具同田黒	小橋　末芳	八八
具同田黒	藤本　俊子	八一
具同	三浦　和	八四
具同	宮川　章一	六九
江ノ村	大久保　友春	九二
森沢	正木　糸焼	九三
楠島	上原　ヲヱ	八八
有岡	山川　文七	八八
深木	町田　政明	三二
竹島	畠内　潤	八四
竹島	畠中　宏貴	七三
下田	和田　健	五三
田野川	吉岡　金造	八八
蕨岡	武村　智子	八五
蕨岡	松田　亀久	四七
高瀬	中島　春美	六四
三ツ又	林　忠雄	八五
大用	有友　新作	七〇
大用	伊勢脇　常於	九〇
赤松町	尾崎　彪我（ひゅうが）	祐一
森沢	花岡　夏海（なつみ）	勇樹
国見	中屋　李香（りこ）	力信
竹島	山下　昇大（しょうた）	公宏

市の人口・世帯

～７月１日現在～

総人口	35,066人
男	16,709人
女	18,357人
世帯数	14,450世帯

６月中人の動き

転入	96人	出生	34人
転出	77人	死亡	30人

＊『お誕生おめでとう』、『ご冥福をお祈りします』　のコーナーへの掲載についてはご家族の方の希望を聞いて掲載することとしております。
コーナーへの掲載を希望される場合は、(市)市民課[TEL(34)1113]まで
必ずご連絡くださいますようお願いします。

人が人らしく

―人権さまざま― 27

ある日の午後、バスを降りて飲み会に向かう私の前を、下校する小学生の一団がありました。大声の会話が自然に耳に入ってきます。ーアッタマに来たー
原因はどうやら新しい担任の一言のようでした。
ーキミは○○委員ではないだろう。いらぬ事をしないで！ー。
グループは、ムキになっているその友人に同調している気配でした。四月早々、いっぱいの期待でのぞんだ新学級で、いっぺんに心をしぼませてしまったようなのです。この子と担任との長い一年間を心配しつつ目的の店へと向かいました。
私も覚えがあります。何げない一言をその子の頭から拭い去るのに、大変な苦労をしてしまいました。言った本人は、すっかり忘れ切っていても、言われた者は心に深く刻みながら長い時が過ぎてしまうようです。
十年ほども以前でしょうか、国際連合センターという所から「人権を教える初・中等教育用実践ガイド」という本が出され、その中に「違いは何でしょう」という問題が書かれています。
①先生はみんな親切だから好き。
②私に親切な先生がいて嬉しい。
③先生という者は親切なものだ。
この三つの文章で、「偏見」「固定観念」「意見」に該当するものはどれかと言うものでした。答えは、①が偏見、②が意見、③が固定観念、です。
どんな言い方でもの事を表現するか、人権問題の大切なことがらです。中でも部落問題、女性問題などに、偏見・固定観念と思われるような表現が、あたかも真理や事実であるかの如く発言する人がまだまだ見られることがあります。「部落はこんな所」「女性はこうあるべき」の言い方は、真実を見誤る事の多いのも事実です。
確かにその通りなのですが、さて、先ほどの子どもにとってはどうでしょうか。偏見であれ固定観念であれ、担任はいつも「私だけの先生」、委員も学級長も関係なくみんなに「親切」なもの、と一人ひとり確信しているだろうと思います。そんな態度の表現が担任には必要だったのではないでしょうか。
コラムの論旨がずれてしまい、まったく私の「偏見」になってしまいました。

広報執筆委員　山本　衛

中医学研究所コーナー

Vol.27

身近に感じる生薬の話

早いもので中村市に来て、五ヶ月が経とうとしています。生薬を身近に感じることができる自然いっぱいの中村市で、仕事ができる環境にやりがいを感じています。今回は少しでも生薬を身近に感じて頂くために食事の例をあげながら生薬についてお話ししたいと思います。

夏には冷奴をよく食べますが、なぜ生姜が付いてくるのでしょうか？生の生姜をかじってみてください。全身が熱くなり汗が出てくると思います。ここから生姜は体を温める作用があることが分かります。ということは、冷たい豆腐によって冷やされた胃腸の働きを高めるために使用されることが分かります。中医学でも生姜はよくさむけが強い風邪、胃腸の働きを高めるために使用されます。生薬には、冷やす性質（寒、涼）、温める性質（熱、温）、温めも冷やしもしない性質（平）の3つに分けることができ、患者さんの状態によって使い分けられています。私達がいつも食べている御飯（白米）、パンは平の性質を持ち、玄米、麦は涼の性質をも持ちます。よく考えるとなぜ日本人が玄米ではなく白米を、麦ではなくパンを食べているのか理解できるような気がします。

調剤室に隣接している修治室でも、寒性を温性に変化させるなどのように、生薬の性質を変化させることも行っています。例えば熟地黄（じゅくじおう）は乾地黄（かんじおう）に酒を加えて蒸したもので、これにより冷やす性質が消失して温める性質に変化し補血作用が現れます。この他にも副作用の軽減、消化吸収を良くすることを目的とした修治が日々行われています。現在調剤室では、五十種類近くの修治品があり患者さんの状態や目的によって使い分けられています。

今回の話で生薬を身近にそしてなじみやすく感じて頂けたのではないでしょうか？食生活を振り返ってみると意外とあると思いますよ。これを機会に食生活も見直して頂ければ幸せです。

薬剤師
土井　康弘

広聴ファックス

広聴ファックスは、市民の皆さん一人一人が持っている市政に対する意見、提言や苦情、要望などを聴くために設置しています。

「開かれた市政」を推進していくうえでの目標は、市民のみなさんへの行政サービスの向上にあります。そのために市民のみなさんのご意見、ご要望をお聴かせください。

フリーダイヤル　しこくななはちなな
0120—459787

ガソリンスタンド休日当番店

月	日	給油所	所在地
8	4	野並石油	古津賀
		四国アポロ	大橋6
		植田産業	京町1
		幡多石油	具同
	25	幡多石油	古津賀
		楓商店	大橋7
		高知石油	大橋2
		小西石油	具同
9	1	植田産業	古津賀
		小西石油	東町
		市川石油	具同
		遠近石油	右山
	8	溝渕石油	右山
		遠近石油	大橋6
		植田産業	具同
		鳥谷石油	楠島

※ 都合により変更もあります。

日直指定水道業者

月	日	曜	業者名	電話
8	10	土	(有)大同設備	35-4879
	11	日	(有)平野水道	35-2316
	17	土	(株)四電工中村営業所	34-1331
	18	日	溝渕設備	34-3734
	24	土	森下住宅器機	34-4855
	25	日	土居水道工事店	32-1095
	31	土	中村水道工事センター	35-4323
9	1	日	(株)中村住設	34-3621
	7	土	(有)大杉設備工業	34-2324
	8	日	(有)福永工業	35-5996

●水道料金は口座振替で●

8月の健康カレンダー

◎一般健康相談

月　日	時　間	場　所
8月12日	9:30～10:00	平野集会所
〃	9:30～10:30	九樹集会所
13日	9:30～10:00	勝間川農産物加工場
〃	10:30～11:00	勝間集会所
〃	13:30～14:30	有岡集会所
14日	9:30～10:00	双海集会所
〃	13:30～14:00	三ツ又集会所
〃	14:30～15:00	常六集会所
〃	13:00～14:00	久保川集会所
19日	9:30～10:00	名鹿集会所
〃	13:30～14:00	山路上集会所
21日	10:00～10:30	古津賀第1団地集会所
27日	10:00～10:30	荒川集会所
〃	13:30～14:00	森沢集会所
9月 3日	13:30～14:00	佐田集会所
9日	9:30～10:00	串江集会所
10日	9:30～10:00	竹島集会所
〃	9:00～10:30	上ノ土居公会堂

◎乳幼児(赤ちゃん)相談

月　日	時　間	場　所
8月14日	10:30～11:00	大川筋診療所
21日	10:30～11:00	古津賀第1団地集会所
27日	9:30～11:00	自由ケ丘老人憩の家
9月 3日	10:30～11:00	大川筋診療所

◎乳児健診

月　日	受付時間	場　所
8月23日	12:50～13:30	健康管理センター
9月 5日		

※対象者には個人通知いたします。

◎離乳食相談会

月　日	時　間	場　所
8月27日	9:30～11:00	自由ヶ丘老人憩の家

※赤ちゃん相談と一緒におこない、栄養士が相談に応じてくれます。直接会場におこしください。
特に持参するものはありません。

◎子育て電話相談

月　日	時　間	場　所
8月17日	13:00～15:00	健康管理センター

※子育てに不安や悩みはありませんか。
中央児童相談所の沢田敬医師が電話相談に応じてくれます。お気軽にご相談ください。　TEL(34)2546

◎３歳児健診

月　日	受付時間	場　所
8月 9日	12:50～13:30	健康管理センター

※対象者…平成10年12月生まれの方

月　日	受付時間	場　所
9月 6日	12:50～13:30	健康管理センター

※対象者…平成11年１月生まれの方

◎１歳9ヶ月児健診

月　日	受付時間	場　所
8月29日	12:50～13:30	健康管理センター

※対象者…平成12年10月生まれの方

◎献血

月　日	時　間	場　所
8月7日	13:00～16:30	四国電力(株)中村支店
8日	9:00～12:30	中央公民館
	13:30～16:30	
9日	9:00～12:30	幡多総合庁舎

※皆様のご協力をお願いいたします。
～みんなで助け愛…愛の献血～

★風疹の予防接種(経過措置)について
以下に該当し、予防接種を希望する方は、電話でお申込みください。日程等詳細については、後日連絡いたします。なお締切りは8月30日です。

●対象者…昭和54年4月2日～昭和62年4月1日生れで風疹の予防接種未済者。ただし、罹患者は除く。

●申込み先…保健衛生係
TEL (34)1115(直通)

◎胸部レントゲン検診
～年に１度は必ず受けましょう

月　日	地　区　名
8月23日	中村街地区
28日	中村街地区
9月 3日	蕨岡地区全般
7日	中村街地区

※該当者には受診票を郵送いたします。
※胸をしめつけない、ボタン、金具等のない服装で受けましょう。

◎生活習慣病健診

月　日	受付時間	場　所
8月15日	9:30～10:30	八束小学校
	13:30～14:30	
19日	9:30～10:30	市立文化センター（大橋通1～4丁目、百笑町、山手通、四万十町）
	13:30～14:30	
20日	9:30～10:30	市立文化センター（岩崎町、弥生町、栄町、羽生小路、東下町、天神橋）
	13:30～14:30	
29日	9:30～10:30	片魚集会所
	13:30～14:30	常六集会所
9月 2日	9:30～10:30	蕨岡生活改善センター
	13:30～14:30	
3日	9:30～10:30	蕨岡生活改善センター
	13:30～14:30	

※受診者対象者…40歳以上の方
該当者には受診票を郵送いたします。
(健康手帳をお持ちの方は当日ご持参ください)

～健康は自分で～　一年に一度は検診を

救急病院　市民病院

救急当番医　（午前8時～午後6時）

月	日	内　科	電話番号	外　科	電話番号
8	4	中村クリニック	(34)5100	中村市民病院	(34)2126
	11	森下病院	(34)2030	黒原クリニック	(34)6622
	18	中村市民病院	(34)2126	中村市民病院	(34)2126
	25	さたけ小児科	(37)2255	小原外科	(35)0108
9	1	大野内科	(37)5281	中村市民病院	(34)2126

※急患の方はご利用ください。都合により変更もあります。

広報なかむらは資源保護のため再生紙を利用しています。